

El pasado mes de abril de 2025 entró en vigor el nuevo **Real Decreto 315/2025, de 15 de abril, por el que se establecen normas de desarrollo de la Ley 17/2011, de 5 de julio, de seguridad alimentaria y nutrición, para el fomento de una alimentación saludable y sostenible en centros educativos.**

CRITERIOS NUTRICIONALES Y DE SOSTENIBILIDAD PARA LA CONTRATACIÓN, ADQUISICIÓN Y OFERTA DE ALIMENTOS Y BEBIDAS EN COMEDORES ESCOLARES.

- Oferta de **alimentos frescos y de temporada**, que incluya también un **consumo moderado de fuentes de proteínas de origen animal**.
- **Al menos 2 platos principales de comida al mes será de producto ecológico.**
- **Reducción de la generación de residuos** y el desperdicio alimentario.
- Se dará **prioridad a técnicas culinarias más saludables** como horno, vapor, hervido, plancha, sofritos y salsas de tomate, frente a otras como frituras, rebozados, y preparaciones con otras salsas.
- El **aceite** utilizado para **aliñar las ensaladas será aceite de oliva virgen o virgen extra** y para **cocinar y freír** se utilizará preferentemente **aceite de oliva o aceite de girasol alto oleico**.
- **Se utilizará sal yodada** y se reducirá la cantidad añadida en las preparaciones.
- **Se limitará en las elaboraciones el uso de concentrados de caldo u otros potenciadores del sabor.**

REQUISITOS Y CRITERIOS PARA LA PROGRAMACIÓN DE LOS MENÚS ESCOLARES.

- **Agua** como única bebida.
- Al menos dos veces a la semana se ofrecerá **pan integral**.
- Al menos cuatro veces al mes el **arroz o la pasta será integral**.
- Se priorizará el **pescado azul y blanco** de forma alterna y se podrá incluir marisco.
- Se primarán las **ensaladas y guarnición de verdura fresca**.
- Se **prohibirá el consumo de frutos secos enteros en los menores de 6 años**.
- Utilización de **sal yodada, de forma reducida**, usar en su lugar especias.

GRUPO DE ALIMENTOS	RACIONES SEMANALES RECOMENDADAS
Hortalizas	1-2
Legumbres	1-2
Arroz	1
Pasta	1
Carne	≤3
Carne Roja y Procesada (Hamburguesa, albóndigas, fiambres ...)	Carne Roja: ≤1 Carne Procesada: ≤2 mes
Pescado	1-3 Alternar Pescado azul, blanco y marisco
Huevo	1-2
2º plato a base de proteína vegetal	1-5 Menú vegetariano: diariamente exclusivamente proteína vegetal
Ensaladas	3-4
Otras (patatas, hortalizas, cereales...)	1-2
Fruta	4-5
Otros postres (yogur y cuajada sin azúcar añadido, queso fresco o similares)	≤1
Pan Integral	≥ 2
Fritura	≤1 semana
Productos Precocinados (pizzas, canelones, croquetas, empanadillas, pescados o carnes rebozadas, análogos vegetales, ...)	≤1 mes
Aceite	Para aliñar: Aceite de oliva virgen o virgen extra Cocinar: Aceite de oliva o girasol alto oleico

IMPORTANTE

Para aplicar este Real Decreto Desde Mediterránea se irán introduciendo paulatinamente cambios en los menús como los indicados a continuación:

- Se incluirá un **día “sin proteína animal”** cada dos semanas los primeros meses, aumentando su frecuencia hasta llegar a un día “sin proteína animal” a la semana.
- Se reducirá a un **lácteo a la semana**, siendo este: yogur, queso fresco, cuajada sin azúcar, vaso de leche, batido casero de fruta y leche o batido casero de fruta y yogur.
- Se aumentará la frecuencia de la **fruta** como postre a 4 días a la semana.
- Para primer ciclo de educación infantil, el yogur será Yogur natural sin azúcar.
- Se incluirán **alimentos ECOLÓGICOS** como plato principal 1 vez al mes.

¡Muchas gracias por tu colaboración!